

7/24(水) 14時から公民館ホールで狭山台寿大学環境講座「家庭に潜む有害化学物質」のテーマで講演会が開催された。講師は、さやま環境市民ネットワーク理事の土淵 昭氏。ご自分でも有害な物質は取り込まない、無農薬野菜を食べることを実践しているのので89才で健康的な生活を送っていると自己紹介▼日本の規制は欧米に比べて甘い。直ちに人体に影響はないとのことで、業界任せの所もある。その上で現在、生活の中で有害化学物質として避けたいものについての講義があった▼記者の感想：便利さに慣れた生活をしているため切り替えるには相当の勇気がいるが、一度見直してみる価値があると実感した。(阿部記者)

有害化学物質として避けた方がよいと説明のあったもの

- ① **食品添加物**
保存料(安息酸ナトリウム、ソルビン酸カリウム)・発色剤(亜硝酸ナトリウム)・タール色素(合成着色料)・合成甘味料(アスパルテーム、アセルスファムK)
- ② **家庭内農薬**(衣類保護のパラソール・殺虫剤・農薬散布野菜等)
- ③ **合成洗剤**(原料が石油、界面活性剤・環境ホルモンとして作用)
- ④ **プラスチック**(フタル酸エステル、ビスフェノールA等含有)

避ける方法の例

- ・加工食品の表示内容を確認
- ・干物などの保存食品の利用
- ・本来の食品を調理した時の色、味を知る
- ・チャック付ポリ袋に衣類と使い捨てカイロを入れる又は樟脳を使用
- ・ゴキブリ団子を使用
- ・除虫菊を原料とした蚊取り線香を使用
- ・無農薬栽培野菜を食べる
- ・動物油、植物油系の石鹸を使う
- ・芳香剤や香料入りを避ける
- ・比較的安全なポリエチレン、PET製品を使用
- ・電子レンジは瀬戸物容器等を使用して加熱

市民文化祭★狭山台会場のお知らせ

市民文化祭(狭山台公民館)の日程は次のとおりです♪

[日程]

発表・一部展示 11月2日(土)～11月5日(火)

模擬店 11月2日(土)～5日(火)

※展示入替日：11月6日(水)

展示 11月7日(木)～11月10日(日)

喫茶コーナー 11月2日(土)～11月10日(日)

[開催時間] 9:00～17:00※11月10日は15時まで

一般参加作品募集 ☆1人1点まで

[申込期間] 10月1日(火)～31日(木)

[展示期間] 11月7日(木)～11月10日(日)

狭山市総合子育て支援センター ちゃっぼ事業

あかちゃんワイワイ広場

※申込み不要!直接「狭山台公民館」へお越しください

[対象] 0歳～1歳6カ月くらいのお子さんと保護者
妊婦さん・おじいちゃん・おばあちゃんもぜひ♪

[日時] 10月1日(火) 10:30～11:30

狭山市生活支援体制整備事業 みま～も狭山台
男の居場所

自由に過ごせる男性の気楽なスペースができました!
ちょっと立ち寄ってみませんか?

[時間] 毎月第2・4木曜日 10:00～15:00

[場所] 狭山元気プラザ1F 地域活動室

[問合せ] 狭山市社会福祉協議会 Tel:2954-0294

狭山市出前講座

知識と日頃の意識が身を守る! 防犯講座

狭山警察署の生活安全課職員による講習です。最近の犯罪情報や傾向を知って身を守る知識を身につけましょう

[日時] 10月12日(土) 17:30～19:00

[場所] 狭山台公民館 学習室(2階)

[内容] 振り込め詐欺、交通安全について

[費用] 無料 [定員] 10名(先着順)

[申込み] 9月17日(火)から狭山台公民館へ※電話可

[共催] 男の遊学会(公民館登録サークル)

参加者大募集! 初心者歓迎
グラウンドゴルフ実習会

集中力、調整力などを高めて頭と体を使いながら、心地よい汗をかいてリフレッシュしましょう!

[日時] 10月10日(木) 13:00～15:30(雨天中止)

[場所] 狭山元気プラザ グラウンド

[内容] グラウンドゴルフのルール説明と実習

★クラブ、ボール等は貸出し有

[費用] 無料 [定員] 15名(先着順)

[申込み] 9月14日(土)～9月30日(月)に

狭山台公民館へ※電話可

[共催] 男の大学院(公民館登録サークル)

ペアの年齢が合わせて130歳以上のダブルス大会

狭山台 OVER130 テニス

アクティブシニアの方、ぜひお待ちしております!

[日時] 11月6日(水)7日(木)13日(水) 全3日間
9:00～15:00

[場所] 狭山台中央公園テニスコート(3面)

[内容] 予選:リーグ戦 本戦:トーナメント

[費用] 1ペア1,500円 ※当日支払い

[定員] 30ペアを超える場合は申込み順

[参加資格] ・ペアの満年齢の合計が130歳以上
(男、女、混合のペア問いません)

・ペアのどちらかが狭山台地区に居住または日頃狭山台中央公園テニスコートを利用されている方

[申込み] 9月30日(月)までに狭山台公民館へ

FAX 番号:04-2959-0545

Email: dai-kom@city.sayama.saitama.jp

郵送: 〒350-1304 狭山市狭山台 3-7-1

[後援] 狭山台公民館

[協力] 狭山市公園パートナーズ